

ॐ

શ્રી પરમાત્માને નમઃ

# સદ્બોધ નીતિ વચનમાળા.

પાંજરકં.

માસ્તર અંબાલાલ જીવરામ તથા માસ્તર  
ઉમેદચંદ રાયચંદ, જેન જ્ઞાન વર્ધક  
દ્વિગે શાળાના શિક્ષકો.

જાપાવી પ્રસિદ્ધ કર્તા.

માસ્તર અંબાલાલ જીવરામ તથા  
માસ્તર ઉમેદચંદ રાયચંદ.

જેન બુકસેલર્સ એન્ડ પબ્લિશર્સ.

કે. પાંજરાપોળ-અમદાવાદ.

આવૃત્ત ૧ લી.

પ્રત ૪૦૦

વીર સંવત ૨૪૪૩ વિક્રમ સંવત ૧૯૭૩ સને ૧૯૧૭

શ્રી 'સત્યવિજય' પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં શ્રી. સાકલચંદ હરીશ્ચલે  
જાણું પાંચકુવા નવા દરવાજા-અમદાવાદ.

કિંમત રૂ. ૦-૧-૬

બહી ભાર્ત બૂમિ વિષે રાજ રેતો,  
 હશે કેા બિચારો નથી જેહુ કે'તો;  
 “ બહો દેશ મારો બહી બોમ મારી,  
 મને પ્રાણથી નિત્ય છે ઝોજ ખ્યારી.”

૧

હશે મૂજ કેા મારતો બૂમિ બારે,  
 નથી દેશની હાજ જેને લગારે;  
 સદા શુષ્ક હૈયું રહે વજ જેવું,  
 કશું કેમ બાણે નથી લેવું દેવું.

૨

હશે તે કહાપિ બહુ લક્ષ્મીવાળો,  
 વડો વેભવી રાજવી તે રૂપાળો;  
 તથાપિ ન તેને વિવેકી વખાણે,  
 બરે પેટ તે કાગ કીડા પ્રમાણે.

૩

# ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ ગુજરાતી કૌપીયગ્રંથ વિભાગ ]

અનુક્રમાંક : ૭૨૦૫ વર્ગિક

પુસ્તકનું નામ ૨-૧૬ પ્રોફ. જાતિ વાચનમાળા

વિષય ક૪૩૧

ૐ

શ્રી પરમાત્માને નમઃ

# સદ્બોધ નીતિ વચનમાળા.

ચોજક

માસ્તર અંબાલાલ જીવરામ તથા માસ્તર  
ઉમેદચંદ રાયચંદ, જૈન જ્ઞાન વર્ધક  
શાળાના શિક્ષકો અમદાવાદ.

છપાવી પ્રસિદ્ધ કર્તા.

માસ્તર અંબાલાલ ઉમેદચંદ એન્ડ કંપની.  
જૈન બુકસેલર એન્ડ પબ્લીશર્સ.

પ્રત. ૩૦૦૦

આવૃત્તિ ૧ લી.

વીર સંવત ૨૪૪૩ સને ૧૯૧૭ વીક્રમ સંવત ૧૯૭૩

શ્રી 'સત્યવિજય' પ્રીન્ટીંગ પ્રેસર્સ શા. સાંકલચંદ હરીલાલે  
છાપ્યું પાંચકૂવા નવા દરવાજા—અમદાવાદ.

કિંમત રૂ. ૦—૧—૬

૧૨૦૫

પ્રસ્તાવના.

વિદ્યાપીઠ

ગ્રંથાલય

ગુજરાત

૧૯૫૬

ગુજરાત કાપીરાઈટ-મંત્રાલય  
હોલા બંધુઓ અને જહેનો,

એક વખત એવો હતો કે આપણો દેશ નીતિના ટોચે બીરાજતો હતો. આપણા દેશના માણસોનું ચારિત્ર દુનીઆની સપાટી ઉપરના કોઈ પણ દેશના માણસોના ચારિત્ર કરતાં ચઢીઆતું હતું. અત્યારે એજ દેશની અંદર નીતિનો પ્રાય નાશ થઈ ગયા જેવો છે. પ્રાચીન સંસર્ગથી આપણે નીતિની બાબતમાં ઘટતા જઈએ છીએ. તેથી આપણા દેશના વિદ્યાર્થીઓ, જેમના નીતિ અને ચારિત્ર ઉપર આપણા ભારતવર્ષના ભવિષ્યનો આધાર છે. તેઓ કાંઈક અંશે આ નાનકડા પુસ્તકમાં આપેલા નિયમેનું બુદ્ધિ પૂર્વક મનન કરી પોતાના ચારિત્રમાં ગુંથવા પ્રયાસ કરશે તો આપણો દેશ પુનઃ પોતાનું ગારવ પ્રાપ્ત કરશે. તેવી આશાથી આ પુસ્તક પ્રજા સમક્ષ મુકવામાં આવ્યું છે.

આ પુસ્તકમાં આપેલા નીતિના રિદ્ધાન્તો અમારા પોતાના છે એમ કહેવા માગતા નથી. મહાન પુરૂષોના

અનુભવની પ્રસાદી છે. અમારા બહાલા બંધુઓ તથા બહે-  
 નોને અમારી નમ્રતા પુર્વક વિનંતી છે કે તેઓ આ  
 પુસ્તકમાં આપેલુ નિયમોનું દરરોજ રટન કરીને  
 તે પ્રમાણે કાર્યમાં મુકવા પ્રયત્ન કરશે અને આ પુસ્ત-  
 કને પોતાના માર્ગ દર્શક તરીકે ગણીને પોતાના ખીસા-  
 માં રાખીને વારંવાર ઉપયોગ કરશે તેવી આશા છે.  
 તેનો વધુમાં વધુ લાભ લેવાનો સૌથી સારો સસ્તો એ  
 છે કે જે નિયમો સૌથી સારા અને ઉપયોગમાં મુકી શકાય  
 તેવા લાગતા હોય તેવા ઉપર પેન્સીલથી માર્ક કરીને હંમેશાં  
 આનંદપૂર્વક વાંચીને જેટલું બની શકે તેટલું અમલમાં મુકશે.

આ પુસ્તકની યોજના કરવામાં જે જે મદદરૂપે  
 હિતેષીઓએ સૂચનાઓ કરી છે તેમનો આ સ્થળે અંતઃક-  
 રણપૂર્વક ઉપકાર માનવામાં આવે છે.

ત્રી. યોજકો.



विद्या नाम नरस्य रूपमधिकं पच्छन्न गुप्तं धनं  
 विद्या भोग करी यशः सुखकरी विद्या गुरूणां गुरुः ।  
 विद्या बन्धुजनो विदेश गमने विद्या परा देवता  
 विद्या राजसु पूजिता नतु धनं विद्या विहीनः पशुः ॥  
 विपदि धैर्य मथाभ्युदये क्षमा  
 सदसि वाक्पटुता युधि विक्रमः ।  
 यशसि चाभिरति व्यसनं श्रुतौ  
 प्रकृति सिद्ध मिदं हि महात्मनाम् ॥  
 भवन्ति नम्रास्तरवः कलोद्गमै  
 नवाम्बुभिर्भूरि विलम्बिनो घनाः ।  
 अनुद्धताः सत्पुरुषाः समृद्धिभिः  
 स्वभाव एवैष परोपकारिणाम् ॥



॥ ૐ ॥

શ્રી પરમાત્માને નમઃ

# સદ્બોધ નીતિ વચનમાળા.

રત્નોની કિંમત કરતાં નીતિ વચનમાળાનાં રત્નોની કિંમત વધારે ગણજો.

‘સાચું તે મહાફૂં, મહાફૂં તે સાચું નહિ’ એ સિદ્ધાન્તનું યથાર્થ રહસ્ય સમજીને અમલમાં મુકશો.

સુવર્ણના અલંકારો કરતાં નીતિનાં અલંકારો વધારે પસંદ કરજો.

વાંચીને અમલમાં મુકવાની ટેવ પાડશો તો દુનીયામાં મહાન્ માણસ થશો.

## કર્તવ્યમાં મુકવા લાયક શિક્ષા વચનો.

૧ જીવનની એક ક્ષણ કરોડો સોનામ્હોરથી પણ ખરીદી શકાતી નથી, તેને વ્યર્થ ગુમાવવા જેવી ખીજ કઈ નુકશાની છે ?

૨ સદ્ઉદ્યોગ સદ્ભાગ્યનો સહોદર છે, આજની કિંમત



આવતી કાલથી ઉપલ છે આજે અને તે કાલ ઉપર રાખો નહીં.

૩ વખત કુદરતનો ખજાનો છે, ઘડી અને કલાકો તેની તીજેરીઓ છે, પળો કે ક્ષણો તેના કિમતી હીરા છે

૪ જ્ઞાન અને વિવેક ખરી આંખો છે, એના વિના માણસ છતી આંખે આંધળો છે. તે ખાડામાં પડે તેમાં નવાઈ શું ?

૫ ડોક્ટર, બેરિસ્ટર કે પ્રોફેસરની ઉચ્ચી મેળવવામાંજ કેળવણીનો હેતુ પુરો થતો નથી, પણ જાહેર સેવા, ખજાવવામાં અને આત્મ શ્રેય સાધવામાં તેનો ખરો હેતુ પાર પડે છે, ખરી રીતે જેનાથી મન ભારતાં શિખાય તેજ ખરી કેળવણી.

૬ જે માણસ પોતાની ઇચ્છાને કાબુમાં રાખી શકે નહીં તે જીવનની મુશ્કેલીઓ દૂર કરી વિજય મેળવી શકે નહીં.

૭ સમાજ સેવા અને દેશ સેવા એ ઉત્તમ છે પણ આત્મ સેવા એ સર્વથી ઉત્તમ છે. કેમકે જગતના સર્વ પ્રાણીઓને આત્મવત્ ગણે, પરધન પથ્થરસમ ગણે, અને પરસ્ત્રી માતા તુલ્ય માને તેનાથીજ આત્મસેવા થઈ શકે છે.

૮ પ્રશંસાની ઇચ્છા રાખો નહીં પણ પ્રશંસા થાય તેવા

કાર્યો કરો, કીર્તિ સત્કાર્યની સાથેજ રહે છે.

૯ જો તમારે મ્હોટા થવું હોય તો પ્રથમ મ્હાના બનો, ઉંડો પાયો નાખ્યા વિના મ્હોટું મકાન ચણી શકાતું નથી.

૧૦ મ્હોટાઈનું માપ ઉમ્મરથી કે શ્રીમંતાઈથી નહીં પણ અક્ષરથી કે ઉદારતાથી થાય છે, માટે ડાહ્યા અને ઉદાર બનો.

૧૧ તલવારની કિંમત મ્યાનથી નહીં પણ ધારથી થાય છે, તેમ માણસની કિંમત ધનથી નહીં પણ સદાચારથી થાય છે.

૧૨ વૈર લેવું એ હલકાઈનું કામ છે; ત્યારે ક્ષમા કરવી તે મ્હોટાઈનું કામ છે; વૃક્ષો પથ્થર મારનારને પણ ફળો આપે છે.

૧૩ વાદળાંઓ વરસે અને વૃક્ષો ફળો આપે ત્યારે નીચે નમે છે, તેમ સમૃદ્ધિ પામ્યા પછી વધારે નમ્ર બને તેજ સજ્જન ગણાય.

૧૪ વરસાદ માંગ્યા વગર વરસે છે તેમ સજ્જનો માંગ્યા વગર પોતાની સમૃદ્ધિ પરોપકારનાં કામોમાં ખરચે છે.

૧૫ પહાડીએ ચઢ્યા પછી ગરીબોના ઉપર દયા ન રાખે તેજ શેતાન, શેતાનના ઉપર કાંઈ શીંગડાં ઊગતાં નથી.

- ૧૬ સખાવત સ્વર્ગની કુંચી છે અને 'હયા ખાનદાનીને' ખજનો છે; પથ્થર જેવા હૃદયની સાથે ખાનદાની રહેતી નથી,
- ૧૭ નદીનું પાણી અસલ સમુદ્રમાં મળે છે, તેમ દાન આપનારની દોલત પાછી વ્યાજ શીખે ઠાતારનેજ મળે છે.
- ૧૮ ભુંડાઇને બહલે પણ ભલાઈ કરે અને અપકારીનો પણ ઉપકાર કરે તે ખરો સત્પુરુષ સમજવો.
- ૧૯ ચડતીમાં ગર્વ ન કરે. પડતીમાં ખેદ ન કરે અને શરણાગતનો કદી પણ ત્યાગ ન કરે, તેજ મ્હોટો માણસ.
- ૨૦ સાંભળે કે ગ્રહણ કરે તેનેજ શિખામણ આપવી સારી; મૂર્ખને શિખામણ દેવી તે સર્પને દૂધ પાવા બરાબર છે.
- ૨૧ બીજને ઠપકો આપો તેજ અવગુણ પોતાનામાં હોય. તો, પ્રથમ પોતાનો અવગુણ દૂર કરવો પછી બીજને કહેવું.
- ૨૨ ચોર, વ્યભિચારી, ધર્મદ્રોહી, રાજદ્રોહી માણસથી હમેશ દૂર રહેવું, તેમની સોબત પાયમાલીમાં ઊતારનારી છે.
- ૨૩ અનેક યુધ્ધોમાં જીત મેળવનાર યોદ્ધા કરતાં મનો-

- રાજ્ય ઉપર જીત મેળવનાર મ્હોટો યોધો ગણાય.
- ૨૪ શ્રીમંતો અને ત્યાગીઓને સંતોષમાં જે સુખ મળી શકે, તે સુખ ખીજી કોઈ પણ ચીજમાં મળતું નથી.
- ૨૫ ધનમાં, મોજશોખમાં અને ખાવાપીવામાં સંતોષ રાખવો પણ જ્ઞાનમાં, દાનમાં અને ધર્મમાં સંતોષ ન રાખવો.
- ૨૬ જેનાથી દુઃખ મટે તેનીજ પાસે હૃદય ખોલવું; જેની તેની પાસે હૃદય ખોલવાથી માણસની હલકાઈ થાય છે.
- ૨૭ અકીણ કરતાં કરજ વધારે ઝેરી છે, અકીણ ખાના-રનેજ મારે છે, ત્યારે કરજ દીકરાના દીકરાને પણ મારે છે.
- ૨૮ ઉત્તમ પુસ્તકો સત્સંગ જેટલું કામ કરે છે, ત્યારે ખરાબ પુસ્તકો સત્સંગની સારી અસરને ભુંસી નાંખે છે.
- ૨૯ ધર્મનું મૂળ વિનય છે; કપટથી નહીં પણ ખરાં દિલથી વડીલો, સજ્જનો અને ગુરુઓનો વિનય સાચવવો.
- ૩૦ ઉપકારીનો ઉપકાર ભૂલી જનારમાં માણસાઈનો ગુણ રહી શકતો નથી; પશુઓ પણ ઉપકારનો બદલો વાળે છે.

- ૩૧ જો તમારે પવિત્ર જીવન ગુજારવું હોય તો અંતઃકરણ પવિત્ર કરવા પુરતો પ્રયત્ન કરો. બહારના સાધનો નકામા છે.
- ૩૨ પરમાત્મા પવિત્ર છે, તે પવિત્ર પ્રભુને મેળવવા તમારે પણ પુણ્યો હૃદયના નિષ્કપટી અને પવિત્ર થવું જોઈએ.
- ૩૩ સત્યવ્રત સર્વથી ઉત્તમ વ્રત છે એક વખત પણ જીવું બોલવાથી પ્રમાણીકપણામાં ખામી આવે છે.
- ૩૪ મનુષ્યો તમારાં વિચારના નહીં થાય પરંતુ તમે વિશાળ વિચારવાલાં થઈ દરેક મનુષ્ય સાથે પ્રેમથી નિભાવી દો.

## નિત્ય પાળવાના નિયમો.

- (અ) સૂર્યોદય થતાં પહેલાં ઉઠવું.
- (બ) તમારા માળાપને પગે લાગો.
- (ક) તમારા વસ્ત્ર બદલો ને મ્હો સાફ કરો.
- (ડ) નિત્ય સ્નાન કરવું.
- (ધ) સ્નાન કર્યા પછી પ્રભુની પુજા ભાવથી કરો ને એમ પ્રાર્થના કરો કે તેમના જેવા સદ્ગુણો તમારામાં આવે.

- (એક) હુમેશાં નિયમસર તમારો ખોરાક લેજો. ખોરાક સાદોને ફરિયાદ પ્રમાણે લેવાની ટેવ રાખશો તો ઠાક-તર અથવા વૈધને ત્યાં કદી જવું પડશે નહિ.
- (બી) જમ્યા પછી થોડાક વખત બેસીને આફ્રીસ કે સ્કુલમાં જાઓ. ( અર્થાત્ પોતાના કામે જાઓ.)
- (ત્રી) હુમેશાં વખતસર તમારા કામ ઉપર જાઓ ને ખરા ઉત્સાહથી ને ખંતથી કાર્ય કરજો
- (ચાર) તમારા પ્રસંગમાં આવતા માણસો સાથે હસમુખા ને શાંત સ્વભાવના થજો.
- (પાંચ) કાર્યે કર્યા પછી શરીરને કસરત મલે તેમ કરજો સાંજે જમ્યા પછી ખુલ્લી હવામાં ફરવું. તે સાફ છે.
- (છે) સાંજે તમારા જરૂરીઆત પ્રમાણે ખોરાક લેવાની ખાસ ટેવ રાખશો. સારો ખોરાક દેખીને બે ચાર કોળીઆ વધારે ખાવાની લાલચમાં પડશો તો દુઃખી થશો.
- (સત્તર) નિત્ય સુઈ રહ્યા પહેલાં આખા દિવસના કામની નોંધ લેવા ભુલશો નહિ.
- (અઠ્ઠ) તમારા ઉપર કોઈ માણસે ઉપકાર કર્યો હોય તો તમારી નોંધ પોથીમાં લખી રાખજો ને તેને વખત-સર મદદ કરજો.
- ૩૬ દિવસે એવું કાર્ય કરવું કે રાત્રીએ નિરાંતે સૂઈ રહેવાય.

- ૩૭ આઠ માસ એવું કાર્ય કરવું કે ચોમાસામાં કરવું ન પડે.
- ૩૮ યુવાવસ્થામાં એવું કાર્ય કરવું કે વૃદ્ધાવસ્થામાં સુખે દિવસો નિર્ગમન થાય.
- ૩૯ જન્મ પર્યંત એવું કાર્ય કરવું કે આવતા ભવમાં દુઃખો વેઠવાં ન પડે.
- ૪૦ અધમ પુરૂષો વિદ્વના ભયથી કોઇપણ કાર્યનો આરંભ કરતા નથી.
- ૪૧ વાંચનાર, જેણે તને ઉપકાર કર્યો હોય, તેનો અપકાર કરવા કદી ઇચ્છીશ નહિ.
- ૪૨ વિદ્યા ખરચ કરતાં ખૂટે નહિ, તેવું એક અપૂર્વ ધન છે, માટે પૈસાનો સંગ્રહ કરવો તણ દઈ વિદ્યાનો સંગ્રહ (સંચય) કર.
- ૪૩ સાથે એટલું ચાદ રાખજે કે વિદ્યાનો ગર્વ કદી કરવો નહી, કેમકે તારાથી વધારે વિદ્યાને ધારણ કરનારા પણ દુનિયામાં ઘણા છે.
- ૪૪ વાંચનાર ! તને મોક્ષ સુખની વાંછા હોય તો સમ્યગ્ જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ કરજે.
- ૪૫ તારું શ્રેય વાંછતો હો તો સત્ પુરૂષોનો સંગ કર, શુભીજન ઉપર પ્રીતિ રાખ, અને ઉત્તમ પુરૂષોના કાર્યનું અનુકરણ કર.
- ૪૬ સદાચારથી તારી આખાદી થશે તેમ ધારી સદા-

આરતું સેવન કર.

૪૭ ગંધ વિના કુલની શોભા નથી, હાંત વિના સુખની શોભા નથી, સત્યતા વિના વચનની શોભા નથી, તેમ પુણ્ય વિના પુરુષ શોભાને પામતો નથી.

૪૮ વ્રતમાં શીલ (અદ્વયર્થ) વ્રત ઉત્તમ, દાનમાં અભય-દાન ઉત્તમ, ગુણમાં વિનય ગુણ ઉત્તમ, તેમજ રૂપમાં ભગવંતનું રૂપ અને વચનમાં સિદ્ધાંત વચન ઉત્તમ બાણવું.

૪૯ સંતોષથી સુખ મળે છે. સુખથી ધર્મ સાધિ શકાય છે અને ધર્મથી મોક્ષ મળે છે, માટે સત્પુરુષોએ અત્યંત સંતોષ ધારવો યોગ્ય છે.

૫૦ જેવી મતિ તેવી ગતિ, જેવી ક્રિયા તેવું કર્મ, જેવો તપ તેવું ફલ, તેમ જેવો સંતોષ તેવુંજ સુખ સમજવું.

૫૧ વ્રત ભંગ કરનાર જેવો કોઈ પાપી અને વ્રત પાળનાર જેવો કોઈ ધર્મી નથી.

૫૨ પર્વતમાં મેરૂ મોટો, દેવમાં ઇંદ્ર મોટો, કેવળીમાં તીર્થંકર મોટો, ગ્રહમાં ચંદ્ર મોટો, સર્વ વ્રતમાં અદ્વયર્થ વ્રત મોટું તથા પર્વમાં પર્યુષણ પર્વ મોટું છે; તેમ મંત્રમાં નવકાર મંત્ર મોટો છે.

૫૩ સૂર્ય તરફ નજર કરવાથી આંખના તેજનો ક્ષય થાય છે. તેમ પરસ્ત્રી તરફ નજર કરવાથી મનુષ્યોનું



પુણ્ય રૂપ તેજ ક્ષય પામે છે; માટે પરત્ની તરફ  
ખોટી દૃષ્ટિએ કરવી નહિ,

૫૪ માંસ, મદિરા, શિકાર, ચોરી, જુગાર, વેશ્યા તથા  
પરત્નીગમન, એ સાત વ્યસનો ઘોર નરકમાં લઈ  
જનાર છે, માટે શાણા જનોએ તે સાતે અવશ્ય તજવાં.

૫૫ હે જીવ ! પૂર્વે જે શુભ વા અશુભ કર્મ તેં ખાંધ્યાં  
છે તે આ લવમાં ઉદય આવવાથી તારે લોગબવાં  
પડે છે, તેમાં ખીજા ઉપર કોપ શા માટે કરે છે !  
કેમકે કોઈ કોઈને સુખ કે દુઃખ આપતું નથી.  
કર્યા કર્મ પ્રમાણે ફળ મળે છે, લાવીલાવ બન્યા  
કરે છે, તે માટે કષ્ટ પડે ત્યારે શોચ નહિ કરતાં  
ધીરજ અંગીકાર કરવી, દેવ પ્રતિકુલ હોય ત્યારે  
કોઈ રક્ષણ કરી શકતું નથી, ખીજાનો નિમિત્ત  
માત્ર છે.

૫૬ શાસાઈ વિષાદ કરે છે? આ સંસારમાં તો કોઈના  
મનોરથ પૂર્ણ થાય છે, કોઈના ભંગ થાય છે,  
કોઈને નિત્ય દુઃખ થાય છે, તો કોઈને નિત્ય સુખ  
થાય છે, તેથી સત્પુરૂષ તો તેનેજ કહેવો કે જે  
નિર્મળ સ્વભાવને ધારણ કરી પરોપકારમાં તત્પર  
થઈ ધર્મમાં રક્ત હોય, અને સંપદા છતાં અહ-  
કાર કરે નહિ, અને કષ્ટ આવે શોચ કરે નહિ.

૫૭ હે અવિવેકી ! જે કુટુંબને માટે તું મોહ કરે છે, અને સદા પાપ કરે છે, તે કુટુંબ તને નરકાદિના દુઃખોથી છોડાવી શકવાનું નથી. લક્ષ્મી જલકલ્પો-લવત્ અપલ છે, મનુષ્યનું લાવણ્ય સંધ્યાના રંગ સરખું છે, બળ કમળપત્ર ઉપર રહેલા જલબિંદુ પેઠે અસ્થિર છે, આયુષ્ય વિજળીના ચમકારા તુલ્ય છે, માટે તેના માટે તારે વિષાદ કરવો નહિ.

૫૮ જે પોતાના સ્વામી, ગુરુ, શેઠ અગર મિત્રને વિશ્વાસ આપી તેનો ઘાત કરે, તેને બંને લોકમાં સુખ થતું નથી.

૫૯ પાંડિત ગુરુષ તો તેનેજ જાણવો કે જે સર્વ સામગ્રી પામી આત્મ હિતમાં તત્પર થાય કે જેથી ફરી જન્મ મરણ કરવાં પડે નહિ. રાજ્યાદિક પૌદ્ગલિક સુખ પામવું મુશ્કેલ નથી, પરંતુ સર્વશ કથિત ધર્મ રહસ્ય પામવું બહુ કઠણ છે.

૬૦ રે જીવ ! તુ આ જીવમાં ધર્મ નહિ કરે તો તારે પરલોકમાં દહન, છેદન, ભેદન આદિ અનેક દુઃખો સહન કરવાં પડશે, માટે ધર્મને સર્વથી ઉત્તમ જાણીને તેનોજ આદર કર.

૬૧ “ ધર્મ એ એક સંસાર-સાગરના તોફાની તરંગો ઓળંગવાની હોડી અને મોક્ષની અનુપમ લિલા

દેખાડનાઈં વૈમાન છે. ”

૬૨ સર્વ તરફ શુદ્ધ પ્રેમથી જોશે તો દરેક જણ તમારી તરફ તેવી લાગણીથી જોશે.

૬૩ જીવનના આશયો, મહાન અને ઉંચા રાખો.

૬૪ ડાહ્યા માણસો વિચાર કર્યા વિના કોઈપણ કાર્ય હાથમાં લેતા નથી.

૬૫ પ્રારમ્ભ્ય તે ન સ્વલુ વિઘ્નભયેન નીચૈઃ

પ્રારમ્ભ્ય વિઘ્ન વિહતા વિરમન્તિ મધ્યાઃ ।

વિઘ્નૈઃ પુનઃ પુનરવિ પ્રતિહન્યમાનાઃ

પ્રારબ્ધ મુક્તમજના ન પરિત્યજન્તિ ॥

હલકા માણસો વિઘ્નના ભયથી કાર્યનો આરંભ કરતા નથી, સામાન્ય માણસો વિઘ્નો આવે એટલે આરંભેલું કાર્ય છોડી દે છે પણ ઉત્તમ મનુષ્યો ગમે તેટલાં વિઘ્નો આવે તે છતાં આરંભેલું કાર્ય કદી છોડતા નથી.

૬૬ કોઈ પણ કાર્ય કરવું હોય તો તેના માટે દૃઢ સંકલ્પ કરો. પછી ખરા ઉત્સાહથી કરશો તો કદી નિષ્ફળ થશો નહિ.

૬૭ ‘ કાળા માથાનો માનવી શું ન કરી શકે, ’ ?

The word Impossible was found in the dictionary of fools only.

ઉપરનાં વાક્યોનું ખરાખર મનન કરો.

૬૮ 'Heaven helps those who help themselves.  
તમે તમારી જાતને સહાય કરો તો પરમાત્મા જરૂર  
તમને સહાય કરશે.

૬૯ દરેક બાબતમાં સારો અર્થ લેતાં શીખો.

“ હજારો નિરાશામાં કાંઈ અમર આશા છુપાઈ છે.”

એ વાક્ય બરાબર સમજો.

૭૦ બીજાના ભિન્ન અભિપ્રાયને માટે તિરસ્કાર દર્શા-  
વવો નહિ પણ તેમની સાથે સમજીને કાર્ય કરવા  
પ્રયત્ન કરો.

૭૧ બીજાનો અભિપ્રાય સાંભળીને તિરસ્કાર દર્શાવતા  
પહેલાં તેના સારા નરસાનો પહેલા બાંધેલા વિચા-  
રથી દોરાઈ નહિ જતાં, નિષ્પક્ષપાતથી વિચાર કરજો.

૭૨ તેવીજ રીતે બીજાનું સાંભળીને અથવા દેખા દેખીથી  
અહુણ કરવા એકદમ તત્પર ન થાઓ. પણ તે જો  
તમારા શ્રેયસ્ને માટે તમને લાગતું હોય તો જ કરજો.

૭૩ દરેક વિષય ઉપર તમારો પોતાનો સ્વતંત્ર અભિ-  
પ્રાય બાંધતાં શીખો.

૭૪ કાર્ય કરતાં બદલાની આશા રાખશો નહિ. સ્વ-  
ભેવ તમને મલશે.

કર્મણ્યેવ અધિકાર સ્તે માફલે કદાચન.

૭૫ Honour and Shame from no condi tion

rise; Act well your part, there the honour lies ગમે તે સ્થિતિમાં હો વા ગમે તે ધંધો કરતા હો તો ગર્વીષ્ઠ થશો નહિ તેમ શરમાશો નહિ. પણ જે તમારે કરવાનું હોય તે સાફ કરો તો તમને માન મલશે.

૭૬ Neatness is next to godliness. સ્વચ્છતાએ ઇશ્વરી ગુણ છે.

૭૭ તમારાં કપડાં તથા તમારું મકાન સ્વચ્છ રાખો કારણ કે સ્વચ્છતા ઉપર તમારી તન્દુરસ્તીનો આધાર છે.

૭૮ બીજી કોઈ પણ પ્રાપ્તિ કરતાં તન્દુરસ્તીની પ્રાપ્તિ મેળવવા વહેલો પ્રયત્ન કરો કારણ કે શરીરમાદ્યં સ્વલ્પ ધર્મ સાધનમ્ ( શરીર એજ ધર્મનું સાધન છે ).

૭૯ ખાવા પીવામાં મિતાહારી થાઓ, ઇન્દ્રીઓને ઉશ્કેરી નાંખે તેવી વસ્તુઓનો ત્યાગ કરો.

૮૦ બાહ્ય સ્વચ્છતા કરતાં હૃદયની સ્વચ્છતા ઉપર ઘણો આધાર છે,

૮૧ તમારા બાહ્ય જીવન અને અંતરના જીવનમાં ભેદભાવ રાખશો નહિ.

૮૨ તમારા અંતરાત્માને ઓળખતાં શીખો.

૮૩ તે તમારા આત્માની સાથેની વાતચીતમાં કાઢેલા વખતનો બદલો તમને ઘણો મલશે.

૮૪ અપ્પા સો પરમ્પા એ સૂત્રમાં ખુબ વિશ્વાસ રાખો.  
 ૮૫ આત્માની અનન્તશક્તિઓને બહાર લાવવા પ્રયત્ન કરો.  
 ૮૬ જે માણસ આત્માની સેવા બરાબર કરી શકે છે  
 તેજ વિશ્વની સેવા કરી શકશે.

૮૭ બીર ભગવાને આત્માની અનન્ત શક્તિઓને પરિ-  
 પૂર્ણ ફેરવી છે ને તમે ફેરવી નથી તેટલો તમા-  
 રામાં અને તેમનામાં ફેર છે.

૮૮ બંધી વસ્તુઓમાં આત્મોન્નતિ સર્વે ઉન્નતિઓનું  
 મૂળ છે.

૮૯ આત્મવત્ સર્વભૂતેષુ એ સુત્રને બરાબર રીતે અમ-  
 લમાં મુકો.

૯૦ મત્રી મે સર્વ ભૂતેષુ વૈરં મમનકેષુ ચિત્ ।

અહમ્ સર્વાન્ ક્ષમે જીવાન્ તે ચક્ષામ્યન્તુ માંસદા ॥ ।

મારે સર્વ સાથે મૈત્રી છે, મારે કોઈ સાથે વેર નથી,  
 હું સર્વ જીવોને ક્ષમા આપું છું, સર્વ જીવો મને  
 ક્ષમા આપો.

૯૧ આત્મૈવ આત્મનો બન્ધઃ આત્મૈવ આત્મનોરિષુઃ

આત્માજ આત્માનો બન્ધુ તથા શત્રુ છે.]

૯૨ જે તમારે આત્મોન્નતિ કરવી હોય તો સ્વાર્થનો  
 ત્યાગ કરો.

- ૯૩ આપણા અહ્ય લાભને માટે બીજાનું નુકશાન કરવું તે સંબંધન માણસનું લક્ષણ નથી.
- ૯૪ The greatest good of the greatest number  
 ઘણા માણસોનું વધુમાં વધુ સાફ હોય તે કાર્ય કરવું તે મહાન પુરુષોની નીતિ છે.
- ૯૫ Do unto others as you would like them to do.  
 બીજાની તરફથી જેવું વર્તન કરાવવા માગતા હો તેવું તમે કરો.
- ૯૬ દરેક તરફ સહ્ય થાઓ. ગમે તેવું કામ હોય તો કંટાળીને તોછડાઇથી બોલતા નહિ.
- ૯૭ તમે સહ્ય છો કે અસહ્ય છો તેની પહેલી પરીક્ષા કોઇ પણ કરશે અને તેના ઉપર તમારી જીંદગીનો આધાર છે.
- ૯૮ તમે ગમે તેવી સ્થિતિમાં હો તોપણ તમારા માળાપને યોગ્ય માન આપવાનું ભુલતા નહિ. કારણ કે તેમનો તમારા ઉપર અનહદ ઉપકાર છે.
- ૯૯ જે છોકરાઓ મોટા થયા પછી પોતાના માળાપ તરફ બેઠરકાર રહે છે. તેઓ વાસ્તવિક રીતે પોતાના છોકરાંને પોતાની વૃદ્ધાવસ્થામાં તેમ કરવાનું શીખવે છે.

- ૧૦૦ માળાપે પશુ પોતાનો પુત્ર મોટો થાય ત્યારે તેને મિત્ર તરીકે ગણવો જોઈએ. કારણ કે.  
 લાલयेत् पञ्चवर्षाणि दशवर्षाणि ताडयेत्  
 પ્રાપ્તે षोडशे वर्षे पुत्रं मित्रं मिवा चरेत्
- ૧૦૧ તમારા ઘરમાં બિન્ન બિન્ન મત હોય તો તેના માટે તકરાર નહિ કરતાં એક સંખીથી કાર્ય કરશો તો સુખી થશો.
- ૧૦૨ તમારા ઘરનો ફૂટે તો બહાર પાડશો તો તમારા મિત્રો એક વખત તેને માટે તમારીજ હાંસી કરશે તે ખચીત્ માનજો.
- ૧૦૩ ‘ સંપ ત્યાં જંપ ’ એ સૂત્રનો યથાર્થ સ્વરૂપ ખ્યાલમાં રાખીને તમારું વર્તન ચલાવો.
- ૧૦૪ મતની અંદર બિન્નતા ભલે હો, પણ જ્યારે ખર્ચ તમારા સમજવામાં આવે ત્યારે તેને ખીજાની નજરમાં હલકા પડ્યાની દરકાર કર્યા વિના ગ્રહણ કરો.
- ૧૦૫ જો તમારો કદાચહ પકડી રાખશે તો તમે હાંસીને પાત્ર થશો. નહિતર પાછળથી તમારી પ્રશંસા થશે.
- ૧૦૬ તમે ભોળા હૃદયના થજો પણ તમારી ભોળાઇનો લોકો ખોટો લાભ ના લેઈલે તેને માટે સાવચેત રહેજો.
- ૧૦૭ દરેક તરફ નમ્ર થજો પણ સ્વમાન ગુમાવવાનો પ્રસંગ આવે નહિ તે માટે સાવચેત રહેજો.



૧૦૮ તમારા વ્યવહારમાં પ્રમાણિકતા રાખશે તો તમને તમારા જીવન પ્રવાહમાં હરકત આવશે નહિ તે ખચીત રીતે માનજો.

૧૦૯ તમારા વેપારમાં પણ પ્રમાણિકતા રાખશે તો તમે ગુમાવતા નથી પણ ભવિષ્યમાં તમને મોટો લાભ થશે તે તે ખચીત માનજો. કારણ કે પ્રમાણિકતાથી દરેક જણ તમારો વિશ્વાસ રાખશે.

૧૧૦ તમારા મિત્રો સાથે મલતાવડા થાઓ, આનંદી તથા હસમુખો ચહેરો રાખો.

૧૧૧ વખત નકામો ગાળશે નહિ, તેનો ખની શકે તેટલો સારો સંદર્ભયોગ કરો,

૧૧૨ પૈસો ગુમાવ્યો હશે તો ઉધમથી પાછો મલી શકશે, તખીયત બગડી હશે તો દવા વીગેરે ખાવાથી ઠેકાણે આવશે, પણ ગુમાવેલો વખત પાછો આવતો નથી.

૧૧૩ તમારું કામ નિમેલે વખતેજ કરવાની ટેવ પાડો. તેથી કામ તમારો રાજ થશે નહિ પણ તમે તેના રાજ થશો.

૧૧૪ દરેક કામમાં નિયમિતતા રાખતા શીખો. તો તમારી કિંમત વધશે અને તમને વધારે લાભ થશે.

૧૧૫ તમે ગમે તે સ્થિતિમાં હો તોપણ સહચાર અને નીતિનો રસ્તો છોડશે નહિ. લાલચોથી લપટાશે.

નહિ. મનને દૃઢ રાખીને તમારો માર્ગ આગલ કાપજો.

૧૧૬ મન અને શરીરને જેવી રીતે કેળવીએ છીએ તેવી રીતે આપણને સુખકર્તા અગર દુઃખકર્તા થાય છે.

૧૧૭ ગમે તેવા દુઃખના પ્રસંગે પણ મનની સ્થિરતા માંજરા પણ ફેર ન પડે તે ખરી માનસિક કેળવણી છે.

૧૧૮ જરાક લાલચ આવે કે તમારા બાંધેલા સંકલ્પ નેતિલાંબલી આપશે. તો તમે હગમગતા મનના થશો, પછી તમારો વિશ્વાસ કોઈ રાખશે નહિ ને તમે દુઃખી થશો.

૧૧૯ મનઃ એવ બન્ધ મોક્ષયોઃ કારણમ્.

Mind makes Hell of Heaven and Heaven of Hell.

આપણા બન્ધ મોક્ષનું કારણ મનજ છે.

૧૨૦ તમારા વિચારો હૃદયમાં શુદ્ધ, ઉચ્ચઆશયવાળા અને મહાન રાખશો તો તમારા કાર્યોપણ તેવાં થશે.

૧૨૧ તમારે જેવા થવાની ઇચ્છા છે તેવા તમે છો. કારણ સર્વોપરિ શક્તિની સહાયતાથી આપણી ઇચ્છા શક્તિનું બળ એવું છે કે જેવા આપણે થવા માગીએ છીએ તેવા આપણે થઈએ છીએ.

૧૨૨ તમારે જે કામ કરાવવાની ઇચ્છા હોય તે તરવારના જેવા ધા કરી કરાવવાનો વિચાર રાખશો નહિ પણ આ-

નંદ ને મઝામાં કરાવવાની તજવીજ રાખજો.

૧૨૩ એક મૂર્ખને તેની મૂર્ખાઈના પ્રમાણમાં ઉત્તર આપશે નહિ; કારણ કે તેમ કરવાથી તમે પણ તેના જેવાજ કહેવાશે.

૧૨૪ કોઈ માણસને માટે તમને શંકા આવતી હોય તો તમારા તાબામાં નીમશે નહિ; જો તેને નીમે તો વહેમ રાખશે નહિ.

૧૨૫ જે ઉછીનું માગતો જાય છે તે આખરે પસ્તાવો કરે છે.

૧૨૬ બ્યાજ ભારે તો સલામતી આછી.

૧૨૭ ગમે તેવું ગરીબ ઘર હોય, પણ તેમાં સદ્ગુણી, કરકસરવાળી, હસમુખી, અને સુઘડ સ્ત્રીનું રાજ્ય હોય તો સુખનું અને નિરાંતનું સ્થાન થઈ પડે છે.

૧૨૮ સાફ પુસ્તક માણસનો સારામાં સારો મિત્ર છે.

૧૨૯ આત્મ સંયમની સર્વોપરિ સત્તા એજ મનુષ્યપણના શુદ્ધ સ્વરૂપની સંપૂર્ણતા જાણવી.

૧૩૦ મુગા રહો, પણ જો બોલો તો તમારા બોલ તમારા બધ રહો કરતાં ફડા હોય તોજ બોલજો.

૧૩૧ સુંદર દાળ બનાવી હોય, તેમાં પુષ્કળ આંબલી નાંખવાથી તે જેમ બગડે છે તેમજ સત્ય વસ્તુને તીખાં, કડવાં વેણ ઉચ્ચારીને બગાડવી તે કરતાં ચુપ રહેવું તે વધારે સાફ છે.

- ૧૩૨ દરેક માણસની પોતાના પ્રત્યેની સૌથી અગત્યની ફરજ એ છે કે તેણે પોતાના શરીરનું આરોગ્ય ધરાધર જાળવવું અને તે માટે આહાર વિહારમાં નિયમિત રહેવું.
- ૧૩૩ સમ્યગ્ જ્ઞાન, સમ્યગ્ દર્શન, અને સમ્યગ્ ચારિત્ર એ મનુષ્યજીવનના મુખ્ય ઉદ્દેશ છે. તેનાથી આપણે નિર્વાણ પ્રાપ્ત કરી શકીએ.
- ૧૩૪ તમારા ધર્મમાં દ્રઢ શ્રદ્ધા રાખો, તેના ફરમાનમાં જરા પણ શંકા લાવશો નહિ. કારણ કે તે દુનીઆના મહાન પુરૂષોએ ઘડયા છે.
- ૧૩૫ દરેક કાર્યની અંદર કુદરતનો હાથ છે તે ધરાધર સમજો ને તેનું અવલોકન કરો. જો કુદરતની વિરુદ્ધ કરશો તો કુદરત તમને શિક્ષા કર્યા વગર રહેશે નહિ.
- ૧૩૬ કોઈની નિંદા, કુથલી કરવામાં તમારો વખત વ્યર્થ ગુમાવશો નહિ કારણ કે તે તમારા બંધુઓ છે. તેમની તરફ સદ્ભાવ રાખજો ને નમ્રતાથી બોલાવજો.
- ૧૩૭ તમે કાંઈ ખોટું કામ કર્યું હોય તો તેના માટે પશ્ચાત્તાપ કરજો અને ભવિષ્યમાં તેમ થાય નહિ તે માટે સાવચેત રહેજો.
- ૧૩૮ જો દરેક માણસ પોતાની માતૃભૂમિ પ્રત્યેની ફરજ ધરાધર સમજે ને તે અદા કરે તો તે દેશ ઉન્નતિની ટોચ ઉપર જઈ બેસે છે.

- ૧૩૯ ગમે તેવો મનુષ્ય પોતાના દેશ પ્રત્યે કંઈને કંઈક સેવા બજાવી શકશે.
- ૧૪૦ સંપ સારા કામને માટે બાંધવો જોઈએ કોઈ દિવસ દુષ્ટનઠારા કામને માટે સંપ બાંધવો ખરાબ છે.
- ૧૪૧ આપણા ઘરના વ્યવહારમાં સંપ એ જીવન છે. જ્યાં સંપ નથી ત્યાં કંકાસ છે. કંકાસના મિત્રો નિર્ધનતા અને દુઃખ તેની પછવાડે ચાલ્યા આવે છે.
- ૧૪૨ વહેપારમાં પણ જો પ્રમાણિકતા રાખીને સંપથી વહેપાર કરીએ તો ઘણો ફાયદો થાય છે. પાશ્વિમાત્ય દેશોના વહેપારો આ સિદ્ધાન્ત ઉપરથી રચાયેલા છે.
- ૧૪૩ જે ટેવો બાલ્યાવસ્થામાંથી આપણને લાગુ પડેલી છે તે ટેવો મોટપણે જતી નથી માટે નાનપણમાં સારી ટેવો પાડવી જોઈએ.
- ૧૪૪ કેટલાક માણસના સ્વભાવ એવા હોય છે કે નામી બીક રાખીને ખોટી ચિંતાઓ કર્યા કરેછે ત્યારે કેટલાક એવા સ્વભાવના હોય છે કે દરેક વસ્તુઓમાં તેમને કંઈને કંઈ સાડું લાગે છે.
- ૧૩૫ સારી ટેવો એ મુક્તાકળનો હાર છે. તે ગુંથવાનું પહેલું સ્થળ ઘર છે કારણ કે જે ઘરમાં માણસ ઉછરીને મોટો થાય છે, ત્યાં તેના લક્ષણો મજબૂત થાય છે.
- ૧૪૬ આપણા કરતાં જે મોટા હોય, તેમને તેમની યોગ્યતા

પ્રમાણે માન આપવું અને તેમની સાથે નમ્રતા રાખવી, આપણા બરોબરીઆ સાથે હેત પ્રીતથી હલવું મલવું, અને આપણાથી નાના કે ઉતરતા હોય તેમની સાથે માયાળુ પણાથી ચાલવું.

- ૧૪૭ ક્ષુદ્ર અને બપકાદાર પોષાક કરતાં સ્વચ્છ અને સાદો પોષાક પહેરો.
- ૧૪૮ મુસાફરીમાં અથવા એકાંતમાં વિદ્યા તેજ આપણો મિત્ર છે, અને ઘરમાં ઉમદા સ્વભાવવાદી અને આસા પ્રમાણે ચાલનારી કુળવંતી સ્ત્રી મિત્ર છે, માંદા માણસને સુખ આપનાર ઓસડ મિત્ર રૂપે છે.
- ૧૪૯ જે માણસ મરી જાય છે તેનો ખરો મિત્ર તો ધર્મજ છે, માટે ધર્મધ્યાન કરવું તે દરેક માણસની ફરજ છે.
- ૧૫૦ હિંદુઓના આર્ય પૂર્વજોનું નીતિવચન છે, કે પોતાની જાતના વખાણુ ન કરવાં. અને બીજાની નિંદા ન કરવી.
- ૧૫૧ ગુણના બદલામાં ગુણ કરવાનું જાનવરો સરખા પણ ભુલતા નથી તો મનુષ્ય તે બૂલે તે તેની નીચતા બતાવે છે.
- ૧૫૨ જે દેશમાં સંચાની મદદથી જુદી જુદી જાતનો માલ તૈયાર કરવામાં આવે છે તે દેશમાં ધનનો પરસાદ વરસે છે.
- ૧૫૩ અણુપ્રાર્યુ સંકટ આવી પડે ત્યારે ગભરાઈ ન જતાં

મન ઠેકાણે રાખીને સહન કરવું તેનું નામ ધૈર્ય છે.

૧૫૪ મિત્રની પસંદગી બરાબર કરજો. જે તમારા સુખ દુઃખમાં સમાન ભાગ લે તેજ તમારો ખરો મિત્ર છે નહિતર માલ મલીદા ખાનારા ભામટા છે એ નક્કી સમજજો.

૧૫૫ દરેક કાર્યમાં સ્વાશ્રયી બનવાની ટેવ રાખજો કારણ કે આપ સમાન બળ નહિ ને મેઘ સમાન જળ નહિ.

૧૫૬ જે દ્રવ્ય મેલવો તે તમારી ખરી મહેનતનુંજ લેજો કારણ કે માર્ગાનુસારીનું પેલું પગથીયું “ન્યાય સંપન્ન વિભવઃ” છે એ નક્કી માનજો.

૧૫૭ લક્ષ્મી ચંચળ છે માટે તેના માટે અભીમાન રાખીને ગરીબનો તિરસ્કાર કરતા નહિ કારણ કે ગુલાબનું ફુલ બપોરે ખીલેલું દેખાય છે પણ સાંજે કરમાઈ જાય છે. મહા શક્તિવાન સુર્ય પણ સાંજના અસ્ત પામે છે.

૧૫૮ સાંજ સવાર માફકસર કસરત કરજો, ખાવા પીવામાં મિતાહારીને નિયમિતસર થશે તો તમે મજબુત ને તન્દુરસ્ત રહેશો.

૧૫૯ “અહિંસા પરમે ધર્મ” એ સુત્રનો અર્થ બરાબર સમજજો ને કોઈ જીવને મારી નાંખવો તે ક્રૂર હિંસા છે એટલુંજ નહિ પણ કોઈની લાગણી

હુ ખાવવી તે પણ એક જાતની હિંસા છે માટે તમારા બંધુઓની તથા મુંઝાં પ્રાણી વિગેરે કોઈની લાગણી હુઃખાય તેમ કરશો નહિ.

૧૬૦ જ્ઞાનરૂપી શક્તિનો સદ્ ઉપયોગ કરવાનો પ્રયત્ન કરજો. તમારી બુદ્ધિ તમારા બંધુઓને છેતરવામાં ને તેમને હુઃખ દેવામાં વાપરશો નહિ.

૧૬૧ સ્વદ્વારા સંતોષી થાઓ. પરસ્ત્રી સાથે હાંસી મશ્કરી કરશો નહિ તથા તેમના અવયવો તાકી તાકીને જોશો નહિ. લગ્ન ક્રૂત વિષય સુખને માટે નથી પણ તેના ઘણા આશયો છે. દિવ્ય પ્રેમ એ બધાનું મુળ છે.

૧૬૨ લગ્ન વખતે લીધેલી પ્રતિજ્ઞાઓ તમે ધરાધર સમજજો ને તમારી સ્ત્રીને ધરાધર સમજાવજો. તમારી સ્ત્રીની સાથે તોછડાઈથી બોલવાની ટેવ ન રાખશો કારણ કે તેનાથી કલેષનો વધારે સંભવ રહે છે.

૧૬૩ તમારી વાસનાઓ ને ઈચ્છાઓના તમે ગુલામ થશો નહી પણ તેમને તમારા ગુલામ બનાવજો. તમારા હુકમમાં રાખજો.

૧૬૪ વીશ વર્ષ સુધી બ્રહ્મચર્ય ધરાધર રીતે પાળજો. તેથી તમારા શરીર તથા મનને મજબુત બનાવી શકશો ને ધારશો તે કરવા શક્તિમાન થશો કારણ



કે બ્રહ્મચર્ય એજ ખરો શરીરનો રાજા છે ને પરમ પદનું પણ મુખ્ય સાધન છે.

૧૬૫ સ્વદેશ પ્રેમી થાઓ-તમારા બંધુઓ તરફ સ્નેહ રાખો તેમને તમારાથી બનતી મદદ કરો.

૧૬૬ સ્વદેશી કારીગીરીને ઉત્તેજન આપવા માટે બનતો પ્રયાસ કરજો.

૧૬૭ વિદેશી વસ્તુઓ ખરીદવામાં જેટલો પૈસો આપણે વાપરીએ છીએ તેટલો પૈસો આપણે આપણા દેશ-માંથી આંછી કરીએ છીએ ને તેને માટે આપણે જવાબદાર છીએ.

૧૬૮ ખીજા દેશોની ઉન્નતિનો ખારીકાઈથી અભ્યાસ કરો અને તેવા સાધનો તમારા દેશમાં ખીલે તેવો પ્રયાસ કરો.

૧૬૯ આપણા દેશના સુતેલા હુન્નર ઉદ્યોગોને પાછા જાગ્રત કરવા કમ્મર કસીને તૈયાર થાઓ.

૧૭૦ સ્વદેશ પ્રેમ, સ્વદેશ સેવા, અને સ્વદેશ ઉન્નતિ એ લક્ષ્યમાં રાખો.



## આંખની સંભાળ.

નીશાળે જતાં છોકરાંઓ અને વાંચનારાઓ  
માટે થોડાક અમૂલ્ય નિયમો.

૧. જે જગ્યાએ પુરતુ અજવાળું ના હોય ત્યાં કદી વાંચવું નહીં.

૨. વાંચતી વખતે ડોકું નીચું નમાવી કદી વાંચવું નહીં. ખરાબર દસ્તક ના ઉકેલાય તો તમારી ચોપડી તમારી આંખો પાસે લાવો પણ ડોકું નીચું ઘાલી કદી વાંચવું ચા લખવું નહીં વાંચતી અને લખતી વખતે તમારું ડોકું ટટાર રાખો.

૩. ચોપડી આંખોથી આશરે ચૌદ ઈંચ દૂર રાખી વાંચવું

૪. જ્યારે જ્યારે તમે ખારી આગળ અથવા દીવાના પ્રકાશથી વાંચતા હો ત્યારે એવી ગોઠવણ કરો કે તે અજવાળું કાંતો માથા ઉપરથી અથવા તમારી ડાબી બાજુથી આવે, આંખો ઉપર સામે પ્રકાશ લેવાથી આંખોનું તેજ ઘટે છે.

૫. વાંચતી વખતે એછી ટશે કલાકના કલાક વાંચવું' યા લખવું' નહીં. થોડીવાર વાંચી આંખો ચોપડીમાંથી ખસેડી બહુ દૂર નજર નાખવી એથી આંખોને આરામ મળે છે. એક કલાક વાંચી આંખોને દશ મીનીટ આરામ આપવો.

૬. તડકો ચોપડીપર પડતો હોય ત્યારે વાંચવું' નહીં

૭. આગગાડીમાં અથવા દોડતી ગાડીએ કદી વાંચો નહીં.

૮. હિંચકાપર અથવા આરામ ખુરશીપર બેસી કદી વાંચો નહીં. ટટાર બેસી વાંચવું.

૯. તમારી આંખો સાંજ સવાર ચોખ્ખા અને થંડા પાણીથી ધોળે અને ફરવા જાવ ત્યારે લીલી ઘાસ અને ફૂરના ઝાડો તરફ લાંબી નજર નાંખજો.

૧૦. જે દીવેથી વાંચો તેનો પ્રકાશ પુરતો અને સ્થિર હોવો જોઈએ.

૧૧. સીનેમેટોગ્રાફ તમારી આંખો બગાડશે.

તા. ૨૦-૭-૧૭.

લી.

પ્રસિદ્ધ કરનાર.

અમદાવાદ,

ડૉ. બળવંતરાય ન. કાનુગા. } સેનીટરી એસોસીએશન

સ્વદેશી વડા દેશીનાં દુઃખ ટાળે,  
 હજારો જનોને સદા જેહ પાળે;  
 વળી લોક કલ્યાણમાં લાભ લેખે,  
 પુરા પ્રેમથી કૌણુ તેને ન પેખે.

૪

નથી વિદ્વતા વાપરી દેશ જાહે,  
 નથી વાપરી પાછાં જો કોઈ લાજે;  
 નથી કામ કીધાં સ્વદેશાભિમાની,  
 વૃથા જન્મ ખોયો, કરી શી કમાણી.

૫

વિદેસે વસીને ઘણો કાળ ગાળી,  
 સ્વદેશે ગયો જે ભલો ભાગ્યશાળી;  
 બિયોગી સગાં ભૂમિને ભેટી ભાવે,  
 કહો કૌણુને હર્ષના આંસુ નાવે.

૬



## જાહેર વિજ્ઞાપિત.

સર્વે જૈન બન્ધુઓને નમ્રતા પુર્વક વિનંતી કરવાનું કે અમારી કંપનીમાંથી જૈન ધર્મનાં તમામ જાતનાં પુસ્તકો વેચાતા મલશે. પ્રાતઃ સ્મરણીય શ્રીમાન્ વિજયન મિસૂરીશ્વરજી સાહેબના વિદ્વાન શિષ્યો એ રચેલા અંથે તથા હયા વિમલજી અંથમાળા તરફથી પ્રસિદ્ધ થયેલ અંથો તથા શ્રી જૈન ધર્મ પ્રસારક સભા તથા શ્રી આત્મા નંદ સભા તરફથી પ્રસિદ્ધ થયેલા અંથો તથા શેઠ દેવચંદ લાલભાઇ પુસ્તકોદ્ધાર ફંડ તથા શા. બીમસી માણેક આદિ સંસ્થાઓમાં વેચાતાં પુસ્તકો અમારે ત્યાંથી કિફાયત બાવે વેચાતા મલશે. કાર્યની ત્વરા અને કુશલતાને ખ્યાલ અમારી સાથે કામ પાડેથી આવશે. માટે ઓર્ડર આપી ખાત્રી કરશોજી.

જૈનેતર પુસ્તકો પણ વ્યાજબી કમીશન લેઇને અમે મંગાવી આપીશું.

સુરેષુ કિં બહુના  
લી.

માસ્તર અંબાલાલ ઉમેદચંદ એન્ડ કુંપની.

જૈન બુકસેલર એન્ડ પબ્લિશર્સ.

૬. પાંજરાપોલ-અમદાવાદ.

